

カラダよろこぶ！ スーパーフードめかぶ！



美容成分ヒアルロン酸

めかぶのネバネバには、ヒアルロン酸が含まれています。ヒアルロン酸は、保湿効果期待でき、美しい肌には欠かせない美容成分です。



アルギン酸で血液をサラサラに

アルギン酸は海藻などに含まれる天然の食物繊維で、体内の余分な塩分や脂肪分を取り込んで一緒に排出してくれる働きがあるとされています。



腸内環境を整える

めかぶのヌルヌルに含まれる主な食物繊維は、フコイダンです。フコイダンはあなたの腸内環境の改善をサポートしてくれます。



免疫機能を高めるフコイダン

めかぶに含まれるフコイダンはNK細胞の働きを活発にすると言われています。そのため免疫力が向上するといわれるのです。



葉酸も摂取できる

細胞のほか、たんぱく質を作ったり成長に関わる葉酸を十分にとることによって「神経管閉鎖障害」などの発育不全をおこしにくくできるとされています。



カルシウムの吸収を助けるマグネシウム

マグネシウムは、カルシウムやリンとともに働くことで骨を丈夫してくれます。骨粗鬆症などを心配する女性の味方です。



旨味がちがうー！
ネバリがちがうー！



 株式会社 丸繁商店

〒988-0112 宮城県気仙沼市松崎前浜74
電話0226-23-4941 FAX0226-23-0412
メールアドレス marushige74@gmail.com
ホームページ <http://marushige.net/>

marushige.net 検索

(有)まるしげ商店 LINE公式アカウント

LINE
公式アカウント



高級めかぶ専門店
株式会社 丸繁商店

「うまネバ」は
有限会社丸繁商店の登録商標です。



めかぶの本当のおいしさを食卓へ

三陸、気仙沼の海。世界三大漁場に数えられるこの海域は、親潮や黒潮、そして山からの栄養に恵まれ、昔から良質な海藻が繁茂する豊かな海として知られてきました。なかでも、わかめは肉厚でやわらかく全国屈指の品質と言われてきましたが、商品として出荷するのは葉の部分だけで、茎の下にあるめかぶは調理に手間がかかることもあり、長い間浜の人間だけで食べられてきました。しかし約40年ほど前、創業者小野寺繁雄はこのめかぶを商品化してはどうかと考えました。「めかぶのおいしさを多くの方に楽しんでいただきたい」。この思いが、独自の製法を生み、ご家庭でも簡単に食べやすい商品として結実しました。

旨味もネバリも逃がさない 「旨味封じ込め製法」

めかぶをおいしく加工するためには、先人たちの知恵を活かしながら手間を惜しまない作業が必要と考えています。たとえば、めかぶのおいしさを決めると言われる「茹で」。めかぶを鮮やかな緑色に茹で上げるために、少量ずつ厚さや色を見極めながら、こまめに茹で時間を調整。この工程はけっして自動化することはありません。また一般的な加工方法が、めかぶを切ってからスチームなどで加熱しているのに対し、丸繁商店では昔ながらの釜茹でをしてからカットを行なっています。そのため、めかぶの切り口から水気が吸収されることがなく、旨味やネバリがしっかりと封じ込められています。



ライバルは、豆腐、納豆、卵…
めかぶを
冷蔵庫の常備食材に育てていきたい
丸繁商店です。



「旨味封じ込め製法」は食物繊維や栄養も逃がしません。
だから「腸活効果」もバツゲンです。

「めかぶを箸ですくい上げたら、粘ってなかなか下に落ちない」。丸繁商店のお客様がよくお話になる感想です。この強いネバリも「旨味封じ込め製法」の為せる業です。一般的なめかぶ製品に含まれる食物繊維が5～6%であるのに対し、丸繁商店のめかぶ製品の含有量は約10%。このネバリには食物繊維のフコイダンやアルギン酸などの栄養素が豊富に含まれており、「腸活」などの効果が大きい期待できます。

Marushige Brand line-up



三陸産めかぶ(スライス)
40g×3
自家製タレ 7g×3



三陸産めかぶ(きざみ)
40g×3
自家製タレ 7g×3



国産ぎばさ(あかもく)
40g×2
自家製タレ 7g×2



三陸産めかぶ+
国産ぎばさ(あかもく)
40g×3
自家製タレ 7g×3



三陸産めかぶ(スライス)
100g
自家製タレ 7g×2



三陸産めかぶ
(スライス) 150g
タレなし



三陸産めかぶ
(きざみ) 150g
タレなし



めかぶ専用タレ
180ml

めかぶ料理は「めかぶ酢」だけではありません。
丸繁商店は、めかぶの新しい楽しみ方をご提案していきます。

定番めかぶ料理



めかぶと梅の和風炒飯

■材料(2人分)
●きざみめかぶ40g
A(ご筋2膳分・梅干し小4個・シラス50g・長ネギ1/2本・大葉3枚・鰹節5g)
●醤油小さじ1/2
●塩・こしょう適量
●油適量

■作り方 / ①梅干しは粗く刻み、長ネギは小口切り、大葉3枚を粗みじん切りにする。②フライパンに油を熱しAを炒める。③めかぶを加えさらに炒め、塩こしょうで味を調え鍋肌から醤油を回し掛ける。④器に盛り、梅(分量外)を飾る。

めかぶの茶碗蒸し

■材料(2人分)
A(めかぶ40g・枝豆8粒・みつば少々)
●卵1個
B(白だし大さじ1・水200cc・酒大さじ1)

■作り方 / ①みつばは3cmの長さに切る。ボウルに卵を割りほぐし、Bを加えザルで2度漉す。②器にAを入れ①の卵液を注ぎ、アルミホイルで蓋をする。③器の半分まで湯を張った鍋で12分程蒸し、飾りにみつば(分量外)を乗せる。

めかぶの和風ハンバーグ

■材料(4個分)
A(きざみめかぶ80g・添付のたれ2袋・鶏ひき肉150g) ●木綿豆腐1/2丁 ●タマネギ1/2個
B(卵1個・おろしショウガ大さじ2・酒大さじ2・片栗粉大さじ2)
C(大葉4枚・大根おろし適量)
●油適量 ●ポン酢適量

■作り方 / ①木綿豆腐は水切りし、タマネギはみじん切りにする。②ビニール袋に①とA・Bを入れ、よく混ぜる。③4個絞り出し、楕円形に成形し真ん中を凹ませ、油を熱したフライパンで蓋をして両面を焼く。④器に盛り、Cを乗せポン酢を添える。

めかぶのがんもどき

■材料(8個分)
A(きざみめかぶ80g・木綿豆腐1丁・卵1個・おろしショウガ1片分・味噌大さじ2)
B(長ネギ1/4本・ニンジン1/4本・椎茸3枚)
●片栗粉大さじ1+適量
●揚げ油適量

■作り方 / ①木綿豆腐を水切りし、Bはみじん切りにする。②ビニール袋に、①とA・片栗粉(大さじ1)を入れ、揉んでよく混ぜる。③8個絞り出し、片栗粉(適量)を表面に付けながら丸める。④180℃に熱した油で揚げ、器に盛り白髪ネギ(分量外)を飾る。

めかぶ湯豆腐

■材料(2人分)
●めかぶ120g ●木綿豆腐1/2丁 ●椎茸4枚 ●長ネギ10cm ●だし昆布5cm ●ポン酢適量 ●お好みの薬味適量

■作り方 / ①豆腐は8等分に切り、長ネギは斜め切り、椎茸は石突きを取る。②土鍋に水を張り、だし昆布を敷き、めかぶと①を並べ火に掛ける。③豆腐が温まったら卓上に運び、ポン酢と薬味を添える。

めかぶのおからヨーグルトサラダ

■材料(2人分)
●めかぶ40g
A(ミックスビーンズ50g・おから30g)
B(無糖ヨーグルト大さじ3・マヨネーズ大さじ1)

■作り方 / ①ボウルにAを入れ、Bを加えてよく和える。②めかぶを加え混ぜ合わせ、器に盛り付ける。

めかぶのワサビソースピザ

■材料(1枚分)
●めかぶ80g ●添付のたれ2袋 ●市販のピザ生地1枚 ●蒸しエビ6尾 ●焼き海苔1/2枚
A(マヨネーズ大さじ3・わさび大さじ1)
●とろけるチーズお好みの量

■作り方 / ①めかぶに添付のたれを混ぜる。蒸しエビを1cm大に切る。②ピザ生地にAをまんべんなく塗り、①を乗せ、焼き海苔をちぎって散らす。③チーズを乗せ、200℃のオーブンで焦げ目がつくまで焼き、器に取り出す。

めかぶのスコーン

■材料(12個分)
●きざみめかぶ80g ●添付のたれ2袋
A(薄力粉200g・バター60g・砂糖30g・ベーキングパウダー大さじ1・塩少々)
B(溶き卵1個・牛乳50cc)

■作り方 / ①めかぶに添付のたれを混ぜる。②ビニール袋にAを入れ、漉しながらよく混ぜる。③②にBを加え混ぜ、さらに①を加え混ぜ、平らに広げ冷蔵庫で冷やし12等分に切る。④クッキングシートを敷いた天板に③を並べ、180℃に熱したオーブンで20分焼く。